



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição  
CONSUMO: 15/05/2023 a 19/05/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio , EJA  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%), 19-30 a  
anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	15/05/2023 2º FEIRA	16/05/2023 3º FEIRA	17/05/2023 4º FEIRA	18/05/2023 5º FEIRA	19/05/2023 6º FEIRA
<b>Refeição</b>  9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de pepino	Nhoque de soja Molho de tomate caseiro com frango desfiado Salada de repolho	Arroz Feijão Coxa de frango com batata Salada de escarola	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de couve-flor com tomate	Arroz Feijão Carne moída com mandioca Salada de almeirão
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Caqui	Pera	Banana

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
512,57	79,29	61,88%	25,85	20,17%	11,34	19,91%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
649,04	99,66	61,42%	32,64	20,12%	14,26	19,78%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
702,23	107,79	61,40%	35,18	20,04%	15,36	19,69%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
649,04	99,66	61,42%	32,64	20,12%	14,26	19,78%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
649,04	99,66	61,42%	32,64	20,12%	14,26	19,78%

Fonte: \* TACO 4ª Edição 2011. / \* Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011. / \* Rótulos e fichas técnicas de alimentos.

#### CONSIDERAÇÕES

A fruta servida deverá ser de acordo com seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento de hortifrutis.  
Cardápio sujeito a alterações.  
Horário sugerido das refeições.  
Cardápio elaborado conforme Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020.

Maria Helena Antonicelli  
CRN3 5698  
Responsável Técnica - Nutricionista  
Prefeitura Municipal de Campinas